

Media Visual Poster dan Leaflet Makanan Sehat serta Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Siswa Sekolah Lanjutan Atas, di Kabupaten Mandailing Natal

Albiner Siagian*, Jumirah*, Fourgelina Tampubolon**

Abstrak

Kebutuhan energi, protein, dan zat besi dapat disumbangkan oleh makanan jajanan masing-masing sekitar 36%, 29%, dan 52%. Namun, makanan jajanan yang tersedia disamping tidak selalu sehat dan bergizi juga perilaku siswa tidak selalu positif untuk kebutuhan gizi. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh media visual poster dan leaflet terhadap perilaku makanan jajanan pelajar suatu SMA di Kabupaten Mandailing Natal, Sumatera Utara, 2009. Dengan desain eksperimen kuasi *one pre- and post-test group*, penelitian dengan perlakuan pajangan poster dan leaflet di sekolah ini menilai pengaruh intervensi 2 minggu setelah perlakuan. Analisis data dilakukan dengan metode uji T-berpasangan terhadap sampel 80 pelajar kelas khusus. Sebelum dan setelah perlakuan, skor rata-rata pengetahuan siswa adalah 1,99 dan 3,00, skor rata-rata sikap adalah 1,80 dan 3,00. Tindakan konsumsi makanan jajanan para pelajar juga meningkat sebelum ($x=1,76$) dan sesudah ($x=1,86$) intervensi. Terdapat perbedaan yang bermakna antara perilaku konsumsi makanan jajanan pada anak sekolah sebelum dan sesudah intervensi. Dapat disimpulkan bahwa penyuluhan gizi menggunakan media poster dan leaflet mampu meningkatkan perilaku gizi anak sekolah. Disarankan pihak sekolah dan puskesmas menggunakan poster dan leaflet sebagai salah satu media penyuluhan gizi menyampaikan informasi gizi tentang makanan jajanan dan isu kesehatan lain untuk mempromosikan upaya kesehatan sekolah.

Kata kunci: Perilaku konsumsi makanan jajanan, poster dan leaflet, pelajar SMA

Abstract

Street food plays an important role in students' nutrition. About 36%, 29%, and 52% of energy, protein, and iron, respectively, can be contributed by street food. The aim of the research was to know effect of nutritional extension using healthy food poster and leaflet on street food consumption behaviour among Senior High School students in District of Mandailing Natal. The research is quasi-experiment with one pre- and post-test group design. The intervention was conducted by displaying poster and giving leaflet to students. Effects of interventions were evaluated two weeks after intervention. Subjects are 80 students. Data were analyzing by using paired sample T-test. Result showed that the average scores of knowledge of students were 1.99 and 3.00 before and after intervention, respectively. The average scores of attitude were 1.80 and 3.00 before and after intervention, respectively. Also, the practice of food consumption among students also increases (1.76 and 1.86 for before and after intervention, respectively). There was a significant difference in street food consumption behavior among students between before and after intervention. It can be concluded that nutritional extension using visual posters and leaflets increase student's nutritional behaviour. It is suggested that, both school and puskesmas, use poster and leaflet as media of nutritional extension regarding street food and other health issues to promote school health

Keywords: Street food consumption behaviour, poster and leaflet, senior high school student

*Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara, Jl. Universitas No. 21 Kampus USU Medan 20155 (e-mail: albiner_sgn@yahoo.com)

**Bagian Program Gizi Puskesmas Mompang, Jl. Mompang Jae Kec. Payabungan Kab. Mandailing Natal Sumatera Utara

Peningkatan kesejahteraan bangsa sangat tergantung pada kemampuan dan kualitas sumber daya manusia.¹ Dengan demikian, upaya meningkatkan kesehatan anak usia sekolah yang merupakan generasi penerus bangsa adalah investasi. Tumbuh kembang anak-anak usia sekolah yang optimal sangat ditentukan oleh pemberian nutrisi yang cukup dan berkualitas secara baik dan benar.² Seorang anak sekolah harus berangkat ke sekolah pada pagi hari dan pulang sekolah pada sore hari yang dilanjutkan dengan berbagai kursus dan pada malam hari mengerjakan tugas rumah dilanjutkan dengan mempersiapkan pelajaran untuk keesokan hari. Dengan aktivitas tinggi itu, stamina anak akan cepat menurun jika tidak ditunjang asupan pangan dan gizi yang cukup bermutu.

Agar stamina tetap prima, anak sekolah disarankan sarapan pagi.³ Ada berbagai alasan anak tidak melakukan sarapan pagi, antara lain adalah waktu terbatas, jarak sekolah jauh, terlambat bangun pagi, atau tidak selera makan.⁴ Anak yang tidak sarapan pagi cenderung mengalami penurunan kadar glukosa darah yang merupakan sumber energi utama otak. Dampak negatif yang dapat timbul adalah ketidakseimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti oleh rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah. Dalam keadaan demikian, anak sulit menerima pelajaran di samping gairah belajar dan kecepatan bereaksi juga mengalami penurunan.³

Sebagai pengganti, anak mendapat uang jajan sehingga mereka mengenal beragam makanan yang dijual dan membantu membentuk selera makan. Namun, jajan yang terlalu sering mengurangi nafsu makan di rumah. Selain itu, iklan makanan/minuman yang menggunakan model bintang lebih memikat mereka untuk mengkonsumsi makanan jajan. Selain itu, banyak makan jajanan yang tidak memenuhi syarat kesehatan sehingga mengancam kesehatan anak.³ Makanan jajanan yang dapat menyumbang asupan energi (36%), protein (29%) dan zat besi (52%) berperan penting pada pertumbuhan dan prestasi belajar anak sekolah. Dengan demikian, untuk mengurangi pajanan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat, perlu dilakukan upaya promosi keamanan pangan kepada pihak sekolah, guru, orang tua, murid dan pedagang.²

Peran media dalam promosi kesehatan adalah sebagai sarana membangun suasana kondusif terhadap perubahan perilaku positif terhadap kesehatan.⁵ Promosi kesehatan dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran. Metode mengajar dan alat belajar seperti leaflet, poster dan video banyak dipakai dalam praktik promosi kesehatan. Salah satu kelebihan poster adalah kemampuannya meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan dan merangsang kepercayaan, sikap dan perilaku. Sementara, leaflet dapat memberikan pesan secara rinci yang tidak mungkin disampaikan secara lisan.⁶

Di SMA yang diamati pada penelitian ini terdapat 3 kelas khusus meliputi X6, XI IPA4, dan XII IPA4 yang terdiri dari pelajar berprestasi di bidang akademik. Selain itu, para pelajar di kelas tersebut juga mendapat perlakuan khusus penambahan kegiatan les. Sehingga, aktifitas pelajar kelas khusus relatif lebih besar daripada pelajar kelas lain. Berdasarkan hasil survei pendahuluan, sebagian besar pelajar tersebut mengkonsumsi makanan jajanan di tiga kantin sekolah yang menyediakan berbagai pilihan jajanan. Alasan para siswa jajan adalah tidak sempat sarapan pagi dan ada les tambahan sampai sore hari, sehingga rasa lapar mengganggu konsentrasi belajar. Para pelajar tersebut kurang memperhatikan nilai gizi dan higienitas makanan jajanan yang dapat mempengaruhi kesehatan dan proses belajar. Untuk itu, perlu upaya memberikan informasi kepada para pelajar tentang makanan jajanan yang sehat dalam bentuk media visual poster dan leaflet. Penulis ingin mengetahui pengaruh media visual poster dan leaflet makanan sehat terhadap perilaku konsumsi makanan jajanan siswa suatu SMA Kabupaten Mandailing Natal.

Metode

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen kuasi (*quasi experiment*) dengan rancangan *one pre- and pos-test group design*.⁵ Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret-Agustus, 2009 di sekolah yang mempunyai tiga kantin yang menjual berbagai jenis jajanan, seperti lontong, mie goreng, aneka gorengan, roti, permen, *soft drinks* dan sebagainya. Selain itu, di lingkungan sekolah terdapat banyak penjual kaki lima yang juga menjual jajanan, seperti bakso, mie ayam, gorengan, *tela-tela*, es campur, air tebu, es kolak dingin, gado-gado, dan martabak. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pelajar kelas khusus di SMA yang berjumlah 119 orang, dengan rincian 40, 40, dan 39 orang masing-masing di kelas X6, XI IPA4, dan XII IPA4. Sampel adalah 80 orang siswa yang terpilih dengan metode penarikan sampel *purposive sampling*. Data yang dikumpulkan meliputi kelas, jenis kelamin, tempat/tanggal lahir, umur, berat badan, tinggi badan serta pengetahuan, sikap dan tindakan pelajar mengonsumsi makanan jajanan sebelum dan sesudah intervensi. Data tersebut diperoleh melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner terstruktur yang terlebih dahulu diujicobakan.

Sebelum digunakan, validitas dan reliabilitas kuesioner diuji di luar subjek penelitian pada 10 orang siswa SMU Dharma Bakti Medan. Uji validitas instrumen tersebut menggunakan nilai *corrected item-total correlation* untuk setiap pertanyaan. Item pertanyaan yang mencapai nilai korelasi minimal 0,3 dianggap sah.⁷ Uji reliabilitas menggunakan nilai *Croanbach's alpha*. Reabilitas suatu item/konstruk variabel dikatakan baik jika memiliki

Tabel 1. Jenis Jajanan di Kantin Sekolah Berdasarkan Cara Pembuatannya

Makanan Tradisional	Makanan Non Tradisional
I. Jajanan berbentuk menu utama	I. Jajanan berbentuk menu utama
Indomie goreng/rebus	II. Snacks
Mie ayam	Wafer nabati siip
Soto	Snack piattos
Lontong	Snack Richies
Miesop	Tic-tac
Nasi goreng telur	Biskuat energi
Mie goreng	Wafer timtam
II. Snacks	Real chocklat wafer
Tahu goreng	Gery chocolates
Pisang molen	III. Aneka Minuman Jajanan
Bakwan	Fruit tea
Tahu isi goreng	Teh botol sosro
Tempe goreng	Air mineral (aqua, aicos)
Kipang	Extra joss
Pisang goreng	Kuku Bima
Risoles	IV. Aneka Permen
Ubi goreng	Alpenlieble
Tape goreng	Permen kurang asem
Bakso goreng	Fox
Keripik peyek	Kopiko
Donat	Petter peanut better
Pergedel kentang	Kiss
Pastel mie	Mentos
III. Aneka Minuman Jajanan	Relaxa
Teh manis dingin/panas	
Kopi	

nilai *Croanbach's alpha* >0,6. Secara keseluruhan semua item pertanyaan variabel pengetahuan, sikap dan tindakan dinyatakan valid dan realibel. Uji statistik menyatakan nilai *corrected item-total correlation* pengetahuan adalah >0,3 dan *Croanbach's alpha* adalah 0,905. Untuk sikap nilai korelasinya >0,3 dan *Croanbach's alpha* 0,860, begitu juga dengan tindakan, nilai korelasi semua item >0,3 dan *Croanbach's alpha* 0,855.

Perilaku konsumsi makanan jajanan diukur dengan metode berikut: komponen pengetahuan diukur dengan 13 item pertanyaan dengan tipe pilihan jawaban skala Likert meliputi benar, hampir benar dan salah. Untuk jawaban yang benar, hampir benar, dan salah, diberi skor masing-masing, 3, 2, dan 1. Dengan skor tersebut, maka pengetahuan dikategorikan baik, cukup, dan kurang masing-masing untuk jawaban yang >75%, 40-75%, dan <40% dari semua pertanyaan pengetahuan. Sikap diukur dengan skala Gutment meliputi dua alternatif jawaban setuju dengan nilai 0 dan tidak setuju dengan nilai 1 dengan total skor tertinggi adalah 5 dan terendah adalah 0. Pengkategorian sikap dilakukan dengan cara yang sama seperti pada pengetahuan. Pertanyaan tindakan terdiri atas 15 pernyataan dengan jawaban berskala Likert meliputi selalu, sering, kadang-kadang, dan tidak pernah. Skor tindakan tertinggi adalah 60 dan terendah adalah 15. Kategori tindakan adalah baik dan tidak baik, masing-masing untuk nilai jawaban $\geq 50\%$ dan <50%

dari nilai total.

Pre-test dilakukan di sekolah sebanyak 1 kali, yaitu satu hari sebelum pemasangan poster dan pembagian leaflet tentang makanan sehat. Pemajangan poster di kelas dilakukan selama dua minggu berturut-turut, sedangkan leaflet diberikan pada hari pertama pemajangan poster. Peneliti tidak menjelaskan isi poster kepada siswa. Poster dirancang untuk mudah dibaca dan dipahami oleh siswa. *Post-test* dilakukan dua minggu setelah pemajangan poster dan pemberian leaflet. Data dianalisis dengan menggunakan *paired sample T-test* untuk melihat perbedaan perilaku konsumsi makanan jajanan pada siswa antara sebelum dan sesudah intervensi, dengan bantuan perangkat lunak *SPSS for Windows version 12.0*

Hasil

Makanan jajanan yang dijual di kantin adalah nasi goreng telur, soto, lontong, *snack richies*, pergedel isi tahu, pergedel isi kentang, pisang goreng, tempe goreng, bakwan, pastel mie dan tahu isi. Aneka permen seperti *fox*, *kiss*, kurang asem, dan *petter peanut better* juga ada. Minuman yang dijual meliputi air minum yang dimasak sendiri dan air minum dalam kemasan. Kantin ini terletak di dekat kantor guru dan berdekatan dengan kantin yang kedua yang menjual nasi goreng telur, lontong, *snack richies*, *snack tic-tac*, biskuat, wafer timtam, *real coklat wafer* dan *gery chocolatos*, pisang goreng, ubi goreng, bakwan, dan tahu isi. Aneka permen seperti mentos, kopiko, *relaxa*, *alpenliebel*, *fox*, *kiss*, kurang asem, dan *petter peanut better*. Sedangkan, minuman yang dijual seperti air minum yang dimasak sendiri, *fruit tea*, *aicos water*, dan teh botol sosro (Lihat Tabel 1).

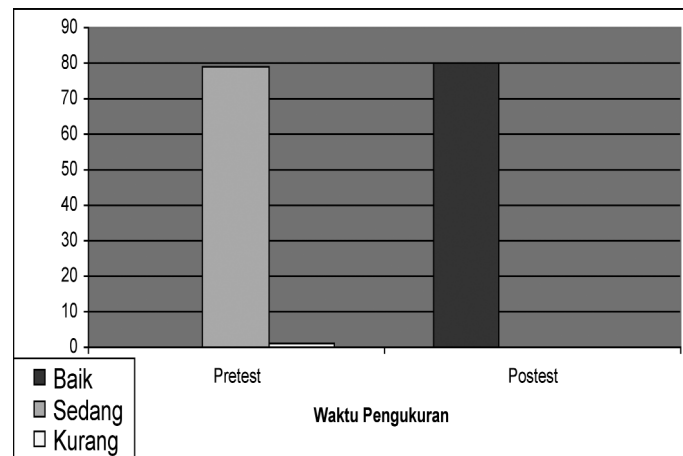
Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan

Sebanyak 79 orang (98,75%) responden mempunyai pengetahuan kategori sedang. Hanya 1 orang (0,25%) dengan kategori kurang. Sesudah intervensi melalui pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat, terjadi peningkatan pengetahuan seluruhnya menjadi kategori baik (Lihat Gambar 1).

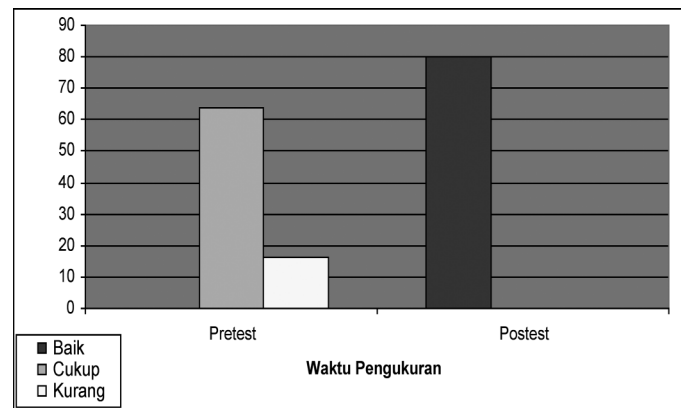
Sikap siswa tentang konsumsi makanan jajanan tidak jauh berbeda, sikap siswa sebelum pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat umumnya berada pada kategori cukup, pada 64 (80%) responden. Sisanya 16 (20%) berkategori kurang. Sesudah intervensi, terjadi peningkatan sikap siswa menjadi 100% berkategori baik (Lihat Gambar 2).

Sebanyak 69 (86,25%) responden mempunyai tindakan dengan kategori baik, sementara 19 (13,75%) kategori tidak baik. Sesudah intervensi, terjadi sedikit penambahan jumlah responden yang bertindak baik dan ada 10 responden dengan kategori tidak baik (Lihat Gambar 3)

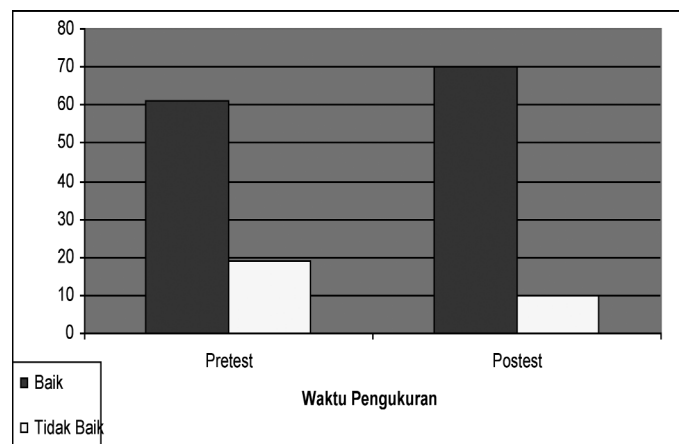
Hasil uji beda nilai rata-rata skor pengetahuan, sikap,



Gambar 1. Pengetahuan Responden tentang Makanan Sehat Sebelum dan Sesudah Pemajangan Poster dan Pemberian Leaflet Makanan Sehat



Gambar 2. Sikap Pelajar tentang Makanan Jajanan Sebelum dan Sesudah Pemajangan Poster dan Pemberian Leaflet Makanan Sehat



Gambar 3. Perbandingan Tindakan Pelajar Kelas Khusus dalam Mengonsumsi Makanan Jajanan antara Sebelum dan Sesudah Pemajangan Poster dan Pemberian Leaflet Makanan Sehat

Tabel 2. Perbandingan Skor Rata-rata *Pre- dan Post-test* Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan tentang Konsumsi Makanan Jajanan pada Siswa SMAN 1 Panyabungan

Perilaku Siswa		Skor Rata-rata	t _{hitung}	p
Pengetahuan	Sebelum Perlakuan	1.99	-81.000	0.000**
	Sesudah Perlakuan	3.00		
Sikap	Sebelum Perlakuan	1.80	-26.665	0.000**
	Sesudah Perlakuan	3.00		
Tindakan	Sebelum Perlakuan	1.76	-3.165	0.002*
	Sesudah Perlakuan	1.88		

Bermakna pada $p < 0,05$

dan tindakan siswa antara sebelum (*pretest*) dan sesudah intervensi (*posttest*) menunjukkan perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$) pada pengukuran setelah 2 minggu perlakuan (Lihat Tabel 2)

Berdasarkan analisis dengan menggunakan *paired sampel T-test* diperoleh t_{hitung} adalah -81.000 dengan $p=0,000$. Ini berarti bahwa ada perbedaan pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat. Untuk sikap siswa, hasil analisis *paired sampel T-test* menunjukkan perbedaan sikap antara sebelum dan sesudah pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat ($t_{hitung} = -26.665$ dan $p=0,000$). Hal yang senada juga terjadi pada tindakan konsumsi makanan jajanan siswa. Analisis *paired sampel T-test* terhadap skor rata-rata tindakan menunjukkan perbedaan tindakan antara sebelum dan sesudah pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat, dengan $t_{hitung} = -3.165$ dan $p=0,002$.

Pembahasan

Sebelum intervensi pemajangan poster dan pemberian leaflet, pada kantin sekolah masih terdapat banyak sampah yang berserakan karena masih ada pelajar yang membuang sampah sembarangan, walaupun sudah disediakan tempat sampah. Dalam menyajikan makanan, para pengelola kantin tidak memakai sarung tangan, sehingga kebersihan makanan/minuman tidak terjamin. Namun, para pelajar tetap jajan di kantin tersebut yang menunjukkan kesadaran siswa pada makanan bersih dan sehat masih rendah.

Setelah dilakukan intervensi, terlihat bahwa hanya 38,8% siswa yang membeli makanan jajanan yang enak, bersih, sehat dan bergizi, masih ada banyak pelajar kelas khusus yang kurang memperhatikan aspek kebersihan, kesehatan, gizi dan rasa dari jajanan yang dikonsumsi. Para pelajar tersebut umumnya sudah lapar sehingga tidak peduli dan tidak memperhatikan kondisi jajanan yang akan dikonsumsi. Masih ada 6,3% pelajar yang sama sekali tidak pernah memilih makanan jajanan dari aspek kesehatan dan gizi dengan alasan itu tidak penting dan menganggap semua makanan yang sudah diolah

pasti menyehatkan. Secara umum, kondisi hygiene dan sanitas kantin di luar sekolah jauh lebih buruk daripada kantin di dalam kompleks sekolah.

Kebersihan kantin di sekitar sekolah juga hampir sama dengan kantin di dalam sekolah yang kurang memperhatikan hygiene dan sanitasi kantin. Sebelum intervensi, ada 21,3% siswa yang selalu membeli makanan jajanan di warung di pinggir jalan. Tetapi, setelah intervensi hanya 5,0% siswa yang selalu membeli makanan jajanan di warung di pinggir jalan. Hal tersebut mengindikasikan perubahan perilaku jajan siswa yang cenderung memilih makanan yang bersih dan sehat.

Pengaruh Media Visual Poster dan Leaflet Makanan Sehat

Pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, seperti melihat, mendengar, mencium, merasa, dan meraba. Namun, sebagian besar pengetahuan tersebut diperoleh melalui mata dan telinga atau dengan kata lain dari hasil mendengar dan melihat. Salah satu strategi untuk memperoleh perubahan perilaku, menurut WHO dalam adalah dengan pemberian informasi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga menimbulkan kesadaran dan pada akhirnya orang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuannya tersebut. Salah satu upaya pemberian informasi yang dapat dilakukan adalah dengan pemajangan poster dan pemberian leaflet.⁸

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pemajangan poster dan pemberian leaflet dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang makanan jajanan, sesuai dengan tujuan poster memberikan informasi, nasihat, arah dan petunjuk.⁹ Pemberian leaflet juga bertujuan menyampaikan informasi atau pesan kesehatan tentang cara mencapai hidup sehat, memelihara kesehatan, menghindari penyakit akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang makanan jajanan.⁸ Hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan secara keseluruhan yaitu 100,0% siswa menjawab pertanyaan tentang pengetahuan makanan jajanan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa perubahan pengetahuan siswa tersebut kemungkinan berhubungan dengan pajangan

poster dan pemberian leaflet.

Temuan ini sesuai dengan kesimpulan tentang pengaruh poster sebagai promosi kesehatan terhadap perilaku ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada baduta. Pemasangan poster di posyandu mampu mempengaruhi pengetahuan ibu yang memiliki anak usia di bawah dua tahun tentang MP-ASI.¹⁰ Intervensi penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri SMAN 1 Julok Kabupaten Aceh Timur tentang konsumsi sayur dan buah.¹¹ Setelah seseorang mengetahui suatu objek atau stimulus, proses selanjutnya adalah bersikap terhadap stimulus atau objek tersebut. Sikap tersebut meliputi tiga komponen, kognisi yang berhubungan dengan kepercayaan, ide, dan konsep; afeksi yang menyangkut kehidupan emosional; dan tindakan yang merupakan kecenderungan bertindak laku.⁸

Seperti pada pengetahuan, sikap siswa juga semakin baik setelah dilakukan pemajangan poster dan pemberian leaflet. Sikap tidak dibawa sejak lahir melainkan dibentuk dan dipelajari sepanjang perkembangan manusia dalam hubungan dengan objeknya.¹² Dalam penelitian ini poster dan leaflet makanan sehat merupakan stimulus/objek yang diharapkan berpengaruh terhadap para pelajar kelas khusus untuk bersikap dan berperilaku sesuai dengan pesan/isi poster dan leaflet. Penelitian tentang pengaruh promosi konsumsi sayur dan buah terhadap perilaku ibu rumah tangga di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Medan Baru menunjukkan bahwa promosi dengan penyuluhan dan pembagian brosur mampu mempengaruhi sikap ibu rumah tangga mengonsumsi sayur dan buah.¹³

Sesuatu yang telah dan sedang dialami ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan terhadap stimulus sosial. Tanggapan menjadi salah satu dasar pembentukan sikap. Untuk dapat tanggap dan menghayati, seseorang harus berpengalaman berkaitan objek psikologis. Peran penghayatan membentuk sikap positif atau negatif tergantung pada berbagai faktor.⁷ Dalam penelitian ini, sikap setuju/positif para siswa tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh poster dan leaflet. Ada beberapa variabel yang tidak diteliti yang mempengaruhi sikap, seperti budaya, paparan media massa, institusi atau lembaga pendidikan dan lembaga agama, serta faktor emosi individu.

Pembentukan perilaku baru khususnya pada orang dewasa, dimulai dari domain kognitif, yang berarti subjek tahu terlebih dahulu terhadap stimulasi berupa materi atau objek di luar sehingga menimbulkan pengetahuan baru pada objek tersebut. Akhirnya, rangsangan dari objek yang telah diketahui dan disadari tersebut akan menimbulkan respon tindakan (*action*) terhadap atau sehubungan dengan stimulasi atau objek tersebut. Namun, pada kenyataan stimulus yang diterima subjek dapat secara langsung menimbulkan tindakan. Seorang dapat bertindak dan berperilaku baru tanpa mengetahui

terlebih dahulu makna stimulus yang diterimanya. Itu berarti bahwa tindakan seseorang tidak harus didasari oleh pengetahuan atau sikap.⁸

Hasil penelitian ini juga membuktikan bahwa intervensi dengan poster dan leaflet mampu memperbaiki tindakan siswa mengonsumsi makanan jajanan, tetapi tidak sebesar pada pengetahuan dan sikap. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa dari aspek tindakan tidak banyak mengalami peningkatan yang memperkuat fakta bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap tidak selalu diikuti oleh peningkatan tindakan. Perbaikan pada tindakan yang rendah ini, antara lain disebabkan oleh rentang waktu intervensi dengan penilaian yang singkat dan frekuensi pemajangan yang hanya sekali dalam periode dua minggu. Setelah intervensi, masih ada siswa dengan tindakan yang tergolong tidak baik. Dengan demikian, intervensi pemajangan poster dan pemberian leaflet hendaknya dilakukan secara berkesinambungan di sekolah, sehingga dapat mempengaruhi tindakan semua pelajar.

Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya tentang pengaruh poster sebagai promosi kesehatan terhadap perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI pada baduta bahwa pemasangan poster tidak selalu diikuti peningkatan tindakan. Selain itu, pemasangan poster sebanyak 2 kali lebih meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan responden dibandingkan dengan pemasangan poster sebanyak 1 kali.¹⁰ Promosi kesehatan tidak dapat lepas dari media yang mampu menyampaikan pesan secara baik dan lebih menarik. Media juga dapat menghindari kesalahan persepsi, memperjelas informasi, dan mempermudah pengertian. Di samping itu, media dapat mengurangi komunikasi yang verbalistik, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan dan memutuskan untuk mengadopsi perilaku sesuai dengan pesan-pesan yang disampaikan.⁸

Kesimpulan

Ada pengaruh penyuluhan gizi dengan cara pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat terhadap perilaku (pengetahuan, sikap, dan tindakan) konsumsi makanan jajanan pada siswa sekolah menengah umum tentang makanan jajanan. Intervensi berupa pemajangan poster dan pemberian leaflet mampu meningkatkan pengetahuan, sikap pelajar, dan tindakan siswa. Itu berarti bahwa instrumen media visual merupakan alat yang efektif untuk penyampaian pesan-pesan gizi dan kesehatan kepada siswa sekolah menengah umum. Namun, peningkatan pengetahuan dan sikap setelah pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat tidak selalu diikuti dengan peningkatan kategori tindakan.

Saran

Kepada pihak sekolah diharapkan untuk menggu-

nakan poster dan leaflet pada penyuluhan gizi dan kesehatan lain kepada siswa dalam Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sehingga informasi yang disampaikan dapat mencapai sasaran dengan baik dan efektif. Kepada para pelajar diharapkan untuk memilih jajanan yang sehat, bersih, dan memperhatikan bagaimana makanan itu disiapkan dan disajikan. Akhirnya, kepada siswa juga diharapkan untuk menghindari jenis makanan yang mengandung atau memakai zat-zat tambahan, seperti zat pemanis, pengawet, penyedap, atau pewarna buatan yang tidak diijinkan.

Daftar Pustaka

1. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. Pedoman rencana aksi penanggulangan gizi buruk 2006-2010. Medan: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara; 2006.
2. Judarwanto W. Perilaku makan anak sekolah [cited 2008 September 2]. Available from: <http://www.ludruk.com>.
3. Khomsan A. Pangan dan gizi untuk kesehatan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2003.
4. Yusuf L. Teknik perencanaan gizi makanan. Edisi ketiga. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan; 2008.
5. Notoatmodjo S. Metodologi kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2005.
6. Simnett dan Ewles. Promosi kesehatan petunjuk praktis. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 1994.
7. Azwar S. Sikap manusia: teori dan pengukurannya. Edisi ke-1. Cetakan VII. Yogyakarta: Pustaka Pelaja Offset; 2007.
8. Notoatmodjo S. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2005.
9. Brieger. Pendidikan kesehatan: pedoman pelayanan kesehatan dasar. Bandung: ITB Bandung; 1992.
10. Handayani L. Pengaruh poster sebagai promosi kesehatan terhadap perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI pada baduta (6-24) bulan di Posyandu Kelurahan Asam Kumbang, Kecamatan Medan Selayang tahun 2008 [skripsi]. Medan: FKM-USU; 2008.
11. Khairunnisak. Pengaruh penyuluhan sayur dan buah terhadap pengetahuan remaja putri SMAN 1 Julok Kabupaten Aceh Timur, tahun 2008 [skripsi]. Medan: FKM-USU; 2008.
12. Purwanto PH. Pengantar perilaku manusia untuk keperawatan. Jakarta: Buku Kedokteran ECG; 1993.
13. Rajagukguk T. Pengaruh promosi konsumsi sayur dan buah terhadap perilaku ibu rumah tangga di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Medan Baru tahun 2007.